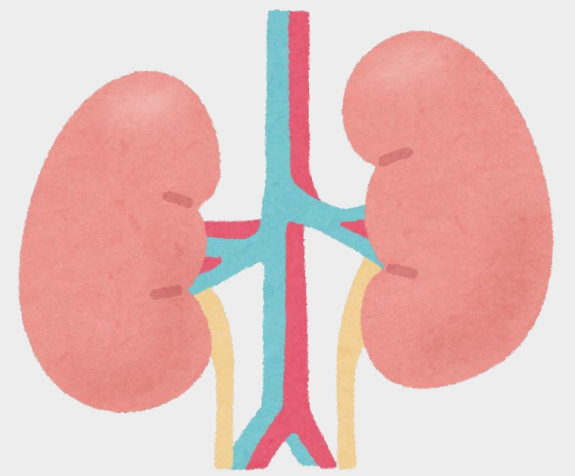


## 腎臓病教室だより

編集人／腎臓内科部長代行 垣田 浩子

## ご自身の腎機能の状態を把握していますか？？

- ◆ 腎臓は、機能しなくなると体に毒素が溜まり、生きていくことができなくなってしまうため、怪我や様々な原因である程度障害されても生きていけるように左右2個あり、予備力を持って生まれてきます。
- ◆ このため腎臓が少し障害されても血液検査、尿検査で異常が出ず、**血液検査、尿検査で異常が出た時には、既にある程度障害が広がっています**。また、実際に浮腫みや倦怠感などの自覚症状が出るのは、更に高度に障害が進んでからです。**腎臓の細胞は再生しません**ので、早くに腎障害を見つけて対処する必要があります。自覚症状が出てからでは遅いので、腎障害を早期に見つけるために、血液検査・尿検査をすることが大切です。



 ご自身の腎機能を知りましょう！

- ◆ 血液検査で**クレアチニン（Cr）**の値と**推算GFR（eGFR）**の値を確認しましょう。推算GFR値は、クレアチニンを元に年齢・性別を加味して計算したもので、“今あなたの腎臓が何%働いているか”を示しています。



## 年に1回は健康診断を受けましょう！

- ◆ 健康診断の結果、尿蛋白、尿潜血、腎機能低下を認め受診が必要であると指示を受けたら、必ず精密検査のためにかかりつけの内科を受診しましょう！
- ◆ また、腎機能低下や尿所見異常がなくても、糖尿病、高血圧、脂質異常症、高尿酸血症、肥満を認める場合は、放置すると動脈硬化が進行し、腎障害だけではなく心筋梗塞、脳梗塞などの心血管病の危険性が高まります。これらを指摘された場合も放置せず、かかりつけの内科を受診するようにしてください。
- ◆ 腎機能の低下は、**慢性腎臓病や末期腎不全に移行**する場合がありますので、腎障害の進行の予防には、早期発見と早期治療が何より重要です。

